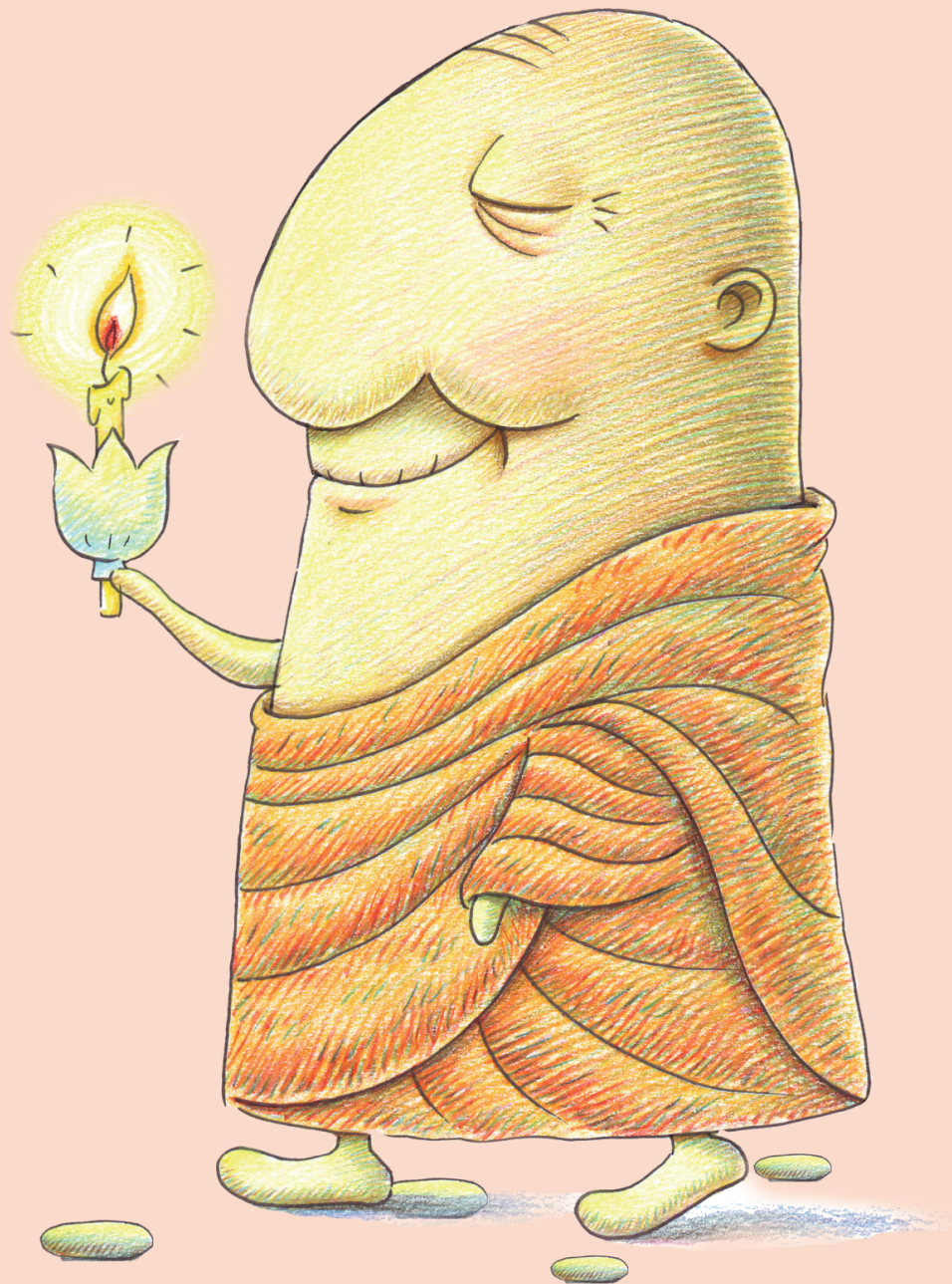




ฉลาดล้ำด้วยธรรมะ

สไตล์ หลวงตาปัญญาดี

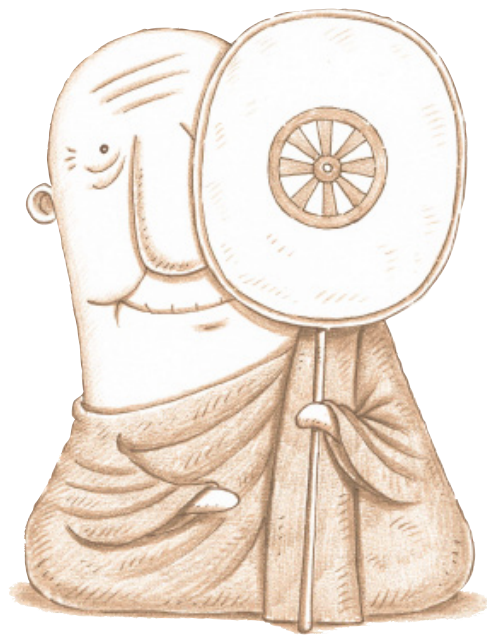


ฉลอง ๑๐๐ ปี ชาตกาล ปญฺญานันทภิกขุ พ.ศ. ๒๕๕๔

ฉลาดล้ำด้วยธรรมะ สไตส์ 

หลวงตาปัญญาดี

ฉลอง ๑๐๐ ปี ชาตกาล ปญฺญานันทภิกขุ



คิดดี พูดดี ทำดี คบคนดี ไปสู่สถานที่ดี



คำนำหน้า

หนังสือ หลวงตาปัญญาดี เล่มนี้ ธรรมสภา สถาบันบันลือธรรม และศิษยานุศิษย์ ได้จัดทำในวาระฉลอง ๑๐๐ ปี ชาตกาล พระพรหม มังคลาจารย์ หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ ในปีพุทธศักราช ๒๕๕๔

เป็นระยะเวลานานหลายปีที่หลวงพ่อบุญญานันทะได้ดับขันธ ตั้งแต่วันที่ ๑๐ ตุลาคม ๒๕๕๐ ยิ่งความระลึกถึงแก่ศิษยานุศิษย์ เป็นอย่างมาก ความระลึกถึงเช่นนี้ หลวงพ่อบุญญานันทภิกขุได้บอก แก่บรรดาศิษยานุศิษย์ว่า “ไม่มีอะไรดีไปกว่าการปฏิบัติธรรม” ตามที่หลวงพ่อได้สั่งสอนไว้ และให้เผยแพร่ธรรมะคำสอนของหลวงพ่อ อันเป็นการสืบทอดธรรมะในตัวของหลวงพ่อให้คงอยู่ไปไม่มีวันตาย

ตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา ธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม ได้ สืบทอดธรรมะและเผยแพร่คำสอนของหลวงพ่อบุญญานันทะอยู่เสมอ แก่เหล่าพุทธบริษัททั้งหลาย ตามปณิธานของหลวงพ่อบุญญานันทะ ที่ได้สั่งสอนไว้แก่ศิษยานุศิษย์ อาทิเช่น การต่อต้านอบายมุข การ ปฏิรูปประเพณี การปฏิวัติเลิกเชื่อสิ่งงมงายไร้สาระ และการปฏิบัติตน ให้เป็นคนดีตามแนวทาง ๕ ดี สู่ความเป็นมนุษย์ ได้แก่ ๑. คิดดี ๒. พูดดี ๓. ทำดี ๔. คบคนดี ๕. ไปสู่สถานที่ดี

หนังสือฉลาดล้ำด้วยธรรมะสไตล์หลวงตาปัญญาดี เล่มนี้ เป็น อีกเล่มหนึ่งที่ธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม จัดทำขึ้นอย่างประณีต

ฉลอง ๑๐๐ ปี ชาตกาล หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ เพื่อให้ธรรมะได้
แพร่หลายในหมู่พุทธศาสนิกชนมากยิ่งขึ้น

หลักธรรมของหลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ ที่ถ่ายทอดจากคำสอน
ขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามีอยู่มากมาย อาทิเช่น

หลักการของชาวพุทธ ในเรื่อง...หลักการนับถือพระรัตนตรัย
อย่างมั่นคง ไม่อ่อนแอจนคลอนแคลนไปในทางสิ่งมกมายไร้สาระ

หลักการทำงาน โดยมีอุดมการณ์ว่า งานคือชีวิต ชีวิตคืองาน
บันดาลสุข ทำงานให้สนุก เป็นสุขเมื่อทำงาน

หลักการพัฒนาตน มีหลักการว่า ตื่นตัว ว่องไว ก้าวหน้า
ทำงานแข่งกับเวลา เพื่อพัฒนาสังคม

หลักการค้าเหินชีวิต มีหลักการว่า อยู่กันด้วยความรัก อย่า
เหลวไหล ห่างไกลอบายมุข เดินให้ถูกทาง...ยิ่งให้ ยิ่งได้ ฯลฯ

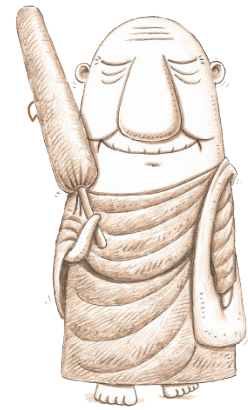
อานิสงส์จากการจัดพิมพ์หนังสือ “หลวงตาปัญญาดี” เล่มนี้
ธรรมสภา สถาบันบันลือธรรม และเหล่าศิษยานุศิษย์ ถวายแด่พระ
พรหมมิ่งคลาจารย์ หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ พระผู้เป็นแสงสว่างของ
ชาวพุทธทั้งหลายตลอดกาลนานเทอญ.

ด้วยความสุจริต หวังดี

ธรรมสภาปรารถนาให้โลกพบกับความสงบสุข

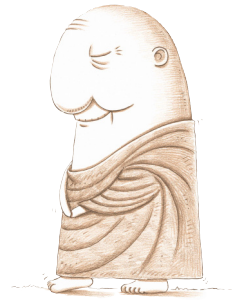
สารบัญ

- ธรรมะข้อที่ ๑. ความอยาก
- ธรรมะข้อที่ ๒. ธรรมะหล่อเลี้ยงใจ
- ธรรมะข้อที่ ๓. ทาสตัวตน
- ธรรมะข้อที่ ๔. ขุดเกลาความเห็นแก่ตัว
- ธรรมะข้อที่ ๕. ขุดเกลาความบกพร่อง
- ธรรมะข้อที่ ๖. จิตรักษาเรา
- ธรรมะข้อที่ ๗. สวรรคในอกนรกในใจ
- ธรรมะข้อที่ ๘. รู้จักตัวทุกข์
- ธรรมะข้อที่ ๙. เจริญภาวนาเพื่อฝึกจิต
- ธรรมะข้อที่ ๑๐. หายใจเข้าพุทท หายใจออกโธ



- ธรรมะข้อที่ ๑๑. กระทบอารมณ์
- ธรรมะข้อที่ ๑๒. ความดีต้องรีบทำ
- ธรรมะข้อที่ ๑๓. บาป บุญ เกาะในใจ
- ธรรมะข้อที่ ๑๔. ปรับแต่งบุญบาป
- ธรรมะข้อที่ ๑๕. ปรับแต่งในจิต
- ธรรมะข้อที่ ๑๖. เกิดๆ ดับๆ
- ธรรมะข้อที่ ๑๗. ไฟกิเลส
- ธรรมะข้อที่ ๑๘. สติกับปัญญา

- ธรรมะข้อที่ ๑๙. พิจารณา
 ธรรมะข้อที่ ๒๐. อายตนะ ๖
 ธรรมะข้อที่ ๒๑. สังเกตดู
 ธรรมะข้อที่ ๒๒. สภาพเดิม
 ธรรมะข้อที่ ๒๓. พ้นจากกองทุกข์
 ธรรมะข้อที่ ๒๔. มองโลกตามจริง
 ธรรมะข้อที่ ๒๕. อย่าเชื่อ
 ธรรมะข้อที่ ๒๖. อยู่ที่ตัวเรา
 ธรรมะข้อที่ ๒๗. รื้อตนออกจากทุกข์
 ธรรมะข้อที่ ๒๘. อุปาทาน
 ธรรมะข้อที่ ๒๙. เปลี่ยนไปตามสภาพ



- ธรรมะข้อที่ ๓๐. ธรรมะเป็นเครื่องปลอบจิตใจ
 ธรรมะข้อที่ ๓๑. อย่าคาดหวัง
 ธรรมะข้อที่ ๓๒. เอาธรรมะนำไปข้างหน้า
 ธรรมะข้อที่ ๓๓. รู้จักแบ่งปัน
 ธรรมะข้อที่ ๓๔. กายกับใจ
 ธรรมะข้อที่ ๓๕. มิจฉาทิฏฐิ
 ธรรมะข้อที่ ๓๖. พิจารณาตัวเอง
 ธรรมะข้อที่ ๓๗. ขันติ

อมตวาจา หลวงพ่อบัณฑิตแห่งมหิกญ

เรื่อง...ฉลาดทำกับความนึกคิด	๘๗
เรื่อง...ฉลาดในมนุษยสัมพันธ์	๘๙
เรื่อง...ศิลปะในการปฏิบัติตัว	๙๑
เรื่อง...วิธีรับธรรมะตอนสูงอายุ	๙๓
เรื่อง...รู้หน้าที่บุตร	๙๕
เรื่อง...ปฏิบัติถูกต้องในการรักษาชาติ	๙๗
เรื่อง...เป็นครูที่ดี	๙๙
เรื่อง...รู้ซึ่งคุณค่าของธรรมะ	๑๐๑
เรื่อง...ตระหนักการฝึกฝนจิตใจ	๑๐๓
เรื่อง...ไฟเจริญรอยอรุณ	๑๐๕
เรื่อง...วิธีนึกคิดทำให้ไม่เป็นทุกข์	๑๐๗
เรื่อง...เจริญวัยเจริญธรรม	๑๐๙



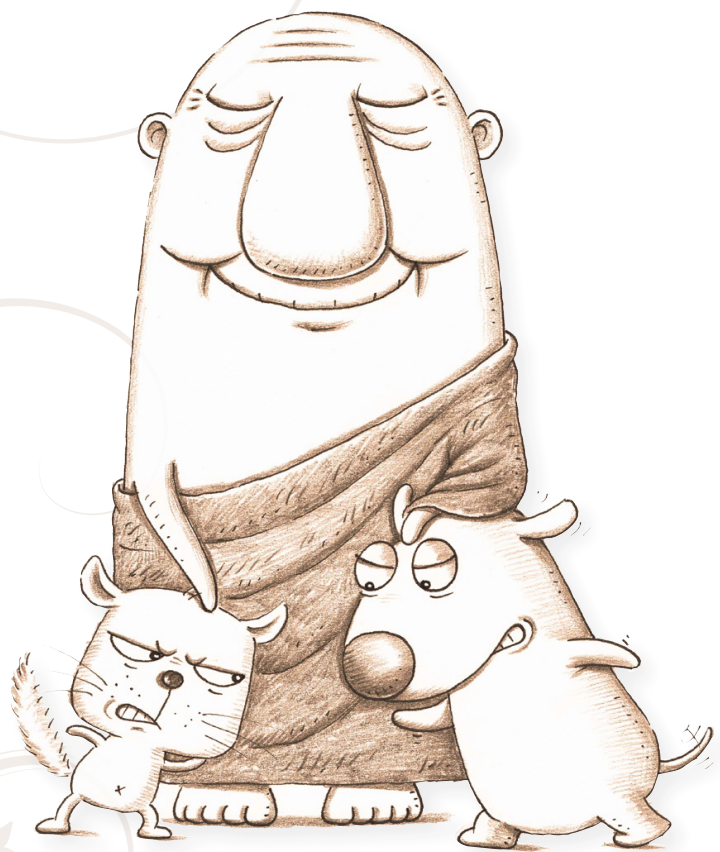








ความอยาก

ความทุกข์ หรือ ความหนาวทางจิตนั้น
เกิดจากกิเลสตัณหาที่เกิดขึ้นในใจเรา คือมีความอยากได้
อยากมี 🐱 อยากเป็น 🐭 อยากได้นั้นได้นี้
มันก็เป็นความหนาวใจอยู่ เพราะจิตใจไม่อบอุ่น
ถ้าได้มาสมใจก็มีความสุขสบายใจชั่วขณะหนึ่ง
แต่ว่าพ้นจากนั้นก็อยากได้ใหม่ต่อไป
อยู่ด้วยการไม่อึดไม่พอ...ความหนาวใจเช่นนี้
🍲 มีแต่ความทุกข์ตลอดเวลา







ธรรมะหล่อเลี้ยงใจ

การมีชีวิตที่สมบูรณ์ทางจิตใจนั้น  เราต้องเอาพระธรรม
มาหล่อเลี้ยงใจ ชีวิตของเราจึงจะสมบูรณ์ขึ้น....ถ้าเราไม่ใช้
ธรรมะหล่อเลี้ยงใจ ชีวิตจะบกพร่อง จะมีความทุกข์มีปัญห
อยู่คนเดียวก็เป็นทุกข์แบบคนเดียว อยู่สองคนก็เป็นทุกข์แบบ
อยู่สองคน แล้วก็ทะเลาะเบาะแว้งกัน อยู่กันเป็นกลุ่มเป็นพวก
ก็ไม่อยู่กันด้วยความรักความสามัคคี  ไม่ได้ร่วมแรงร่วมใจกัน
แตกแยกแตกร้างกัน เพราะเราไม่มีธรรมะเป็นหลักใจ มีแต่กิเลส
คือความเห็นแก่ตัวเป็นหลักครองใจ...ทำให้เกิดความเดือดร้อนกันไปทั่ว





ทาสตัวตน

เราเป็นทาสของอำนาจอัตตาตัวตน หรือความเห็นแก่ตัว 
ทำอะไรก็เพื่อตัว แม้ทำบุญทำทานก็ทำเพื่อตัวทั้งนั้น ไม่ได้ทำเพื่อเสียสละ
ทำแต่เพียงทาน ยังหวังผลตอบแทนอยู่ พระพุทธเจ้าไม่ให้เราทำอะไรเพื่อ
ตัวเอง แต่ให้ทำเพื่อคนอื่น เพื่อให้คนอื่นเป็นสุข ถ้าทุกคนที่เป็นพุทธบริษัท
ช่วยกันคิด ช่วยกันพูด ช่วยกันทำเพื่อให้คนอื่นเป็นสุขแล้วโลกมันก็เป็นสุข
แต่เราไม่ได้คิดเพื่อให้คนอื่นเป็นสุข แต่เราคิดเพื่อตัวเราเป็นสุข
เอาความสุขเฉพาะตัวเรา คนอื่นจะได้ทุกข์เดือดร้อนอย่างไรก็ช่างเขา
อย่างนี้ความเห็นแก่ตัวมันออกหน้า  ปัญญาก็ไม่มี...



๑๖ หลวงตาปัญญาดี

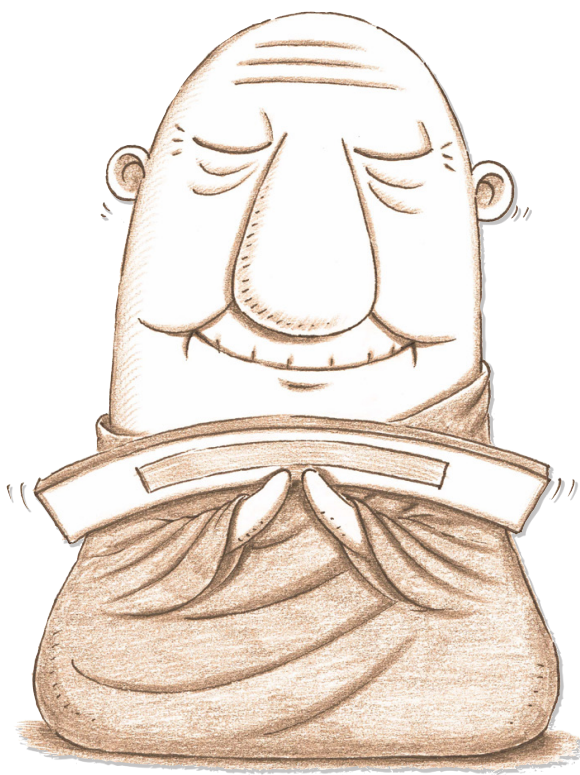


ขุดเกลาคความเห็นแก่ตัว



หลักคำสอนของพระพุทธเจ้า สอนให้เราขำระขุดเกลา...ขุดเกลาอะไร... ก็ขุดเกลาคความเห็นแก่ตัว ซึ่งความเห็นแก่ตัวนั้นมันแตกดอกออกออกมา เป็นความโลภ เป็นความโกรธ เป็นความหลง เป็นความริษยาพยาบาท อาฆาตจองเวร แข่งดีถือตัวด้วยประการต่าง ๆ... สิ่งนี้มันแตกดอกออกมา จากความเห็นแก่ตัวนั่นเอง เราจึงต้องตั้งฐานให้เป็นสัมมาทิฐิ โดยเฉพาะ ทำอะไรทุกอย่างต้องทำด้วยความขุดเกลาคความเห็นแก่ตัวให้เบาบางลง ให้น้อยลงไปทุกเวลานานาทีของชีวิต.... แล้วทำตนให้เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น...







ชุดেলাความบกพร่อง



การปฏิบัติกิจในทางพระพุทธศาสนาเช่นให้ทาน ก็เพื่อการชุดেলা...

รักษาศีลก็เพื่อการชุดেলা...เจริญภาวนาก็เพื่อการชุดেলা...

เรามาฟังธรรมนี้ก็ฟังเพื่อการชุดেলা ต้องฟังให้เกิดปัญญา

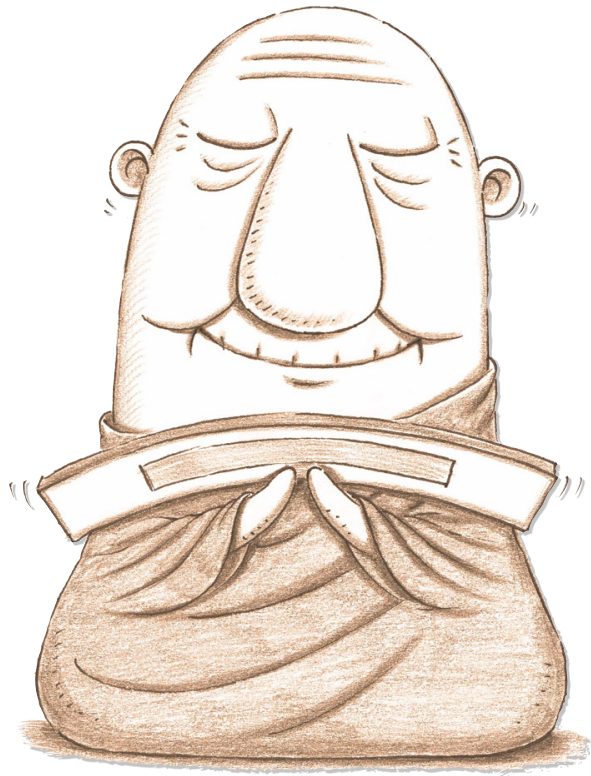
แล้วนำปัญญานั้นไปเป็นเครื่องมือ ชุดেলাจิตใจของเรา



เอาไปใช้เป็นแว่นกระจก สำหรับมองดูตัวเราว่ามีความบกพร่องอะไรบ้าง

เราไม่ดีไม่งามที่ตรงไหนบ้าง ความประพฤติของเราเป็นอย่างไร...

ถ้าเราเห็นว่ามันผิดมันไม่ถูกต้อง เราก็แก้ไขทำให้เสียให้ดีขึ้น...





ชุดেলাความบกพร่อง



การปฏิบัติกิจในทางพระพุทธศาสนาเช่นให้ทาน ก็เพื่อการชุดেলা...

รักษาศีลก็เพื่อการชุดেলা...เจริญภาวนาก็เพื่อการชุดেলা...

เรามาฟังธรรมนี้ก็ฟังเพื่อการชุดেলা ต้องฟังให้เกิดปัญญา

แล้วนำปัญญานั้นไปเป็นเครื่องมือ  ชุดেলাจิตใจของเรา

เอาไปใช้เป็นแว่นกระจก สำหรับมองดูตัวเราว่ามีความบกพร่องอะไรบ้าง


เราไม่ดีไม่งามที่ตรงไหนบ้าง ความประพฤติของเราเป็นอย่างไร...

ถ้าเราเห็นว่ามันผิดมันไม่ถูกต้อง เราก็แก้ไขทำให้เสียให้ดีขึ้น...



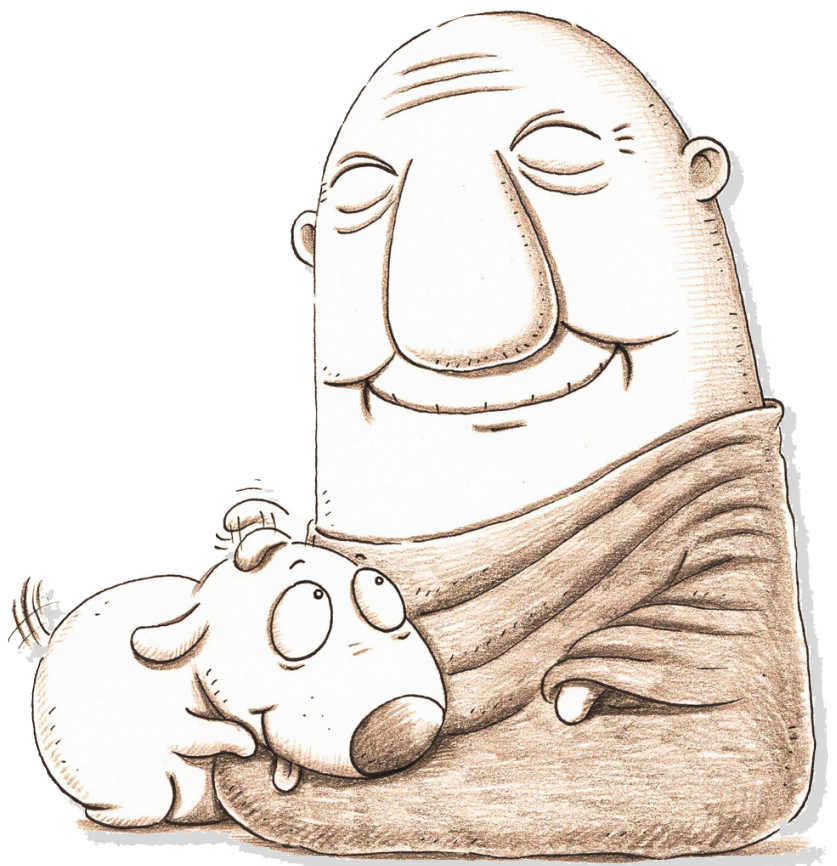


จิตรักษาเรา

จิตของคนเรานั้นเมื่อยังไม่ได้ฝึก มันดิ้นรนกลับกลอกรักษายาก
ห้ามยากชุกชนยิ่งกว่าลิง ชอบไปในที่ต่ำ ไปในที่ที่เป็นกิเลส
ไหลไปตามอำนาจความโลภ ไหลไปตามอำนาจความโกรธ
ไหลไปตามอำนาจความหลง  ความริษยา
ความพยาบาท...รูป...มากกระทบตาก็ไหลไปกับรูป
เสียง...มากกระทบหูก็ไหลไปกับเสียง กลิ่น...มากกระทบจมูก
ก็ไหลไปตามกลิ่น รส...มากกระทบลิ้นก็ไหลไปกับรส
เรียกว่ามันไม่หยุด ไม่สงบ ไม่ตั้งมั่น ไม่อ่อนโยน
ไม่เหมาะที่จะใช้งานปราณิตสูงขึ้นไป...

เราจึงต้องฝึกสมาธิ...
เพื่อให้สมาธิรักษาเรา...








สวรรค์ในอกนรกในใจ

คนไทยโบราณพูดไว้ถูกต้องว่า
สวรรค์ในอก...นรกในใจ...

นิพพานอยู่ไหน ก็อยู่ในใจนั่นแหละ
อะไร ๆ มันก็อยู่ที่ใจของเราทั้งนั้น ความสุขก็อยู่ที่ใจ
ความทุกข์ก็อยู่ที่ใจ  อะไรที่เกิดขึ้นในชีวิตของเรา
มันเกิดขึ้นจากใจเราคิดก่อนทั้งนั้น เมื่อใจเราคิด
ปากเราก็พูด มือเราก็ทำ มันก็เป็นตัวกรรมขึ้นมา
 กรรมมันเกิดขึ้นจากใจตั้งใจ ถ้าใจไม่ตั้งใจก็ไม่เป็นกรรม....





รู้จักตัวทุกข์



ชีวิตที่เป็นอยู่ขณะนี้ มันเวียนว่าย



จมลง...ผุดขึ้น จมลง...ผุดขึ้น ในกองทุกข์อยู่ตลอดเวลา

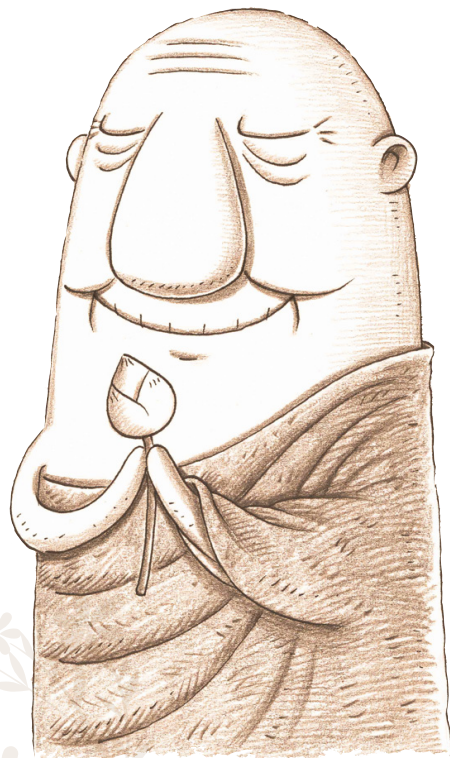
ทราบใดที่เรายังไม่รู้ว่าคุณทุกข์คืออะไร เหตุให้เกิดทุกข์คืออะไร

ความทุกข์เป็นเรื่องดับได้...ดับได้โดยวิธีใดเราไม่รู้ไม่เข้าใจ

เราก็ดำพูดดำว่ายในกระเททองแดง

กระเททองแดงคือ  ภาวะความเป็นทุกข์

ความเป็นทุกข์อยู่ที่ไหน?...ความเป็นทุกข์อยู่ในใจของเรา...นี่เอง...



๒๖ หลวงตาปัญญาคี



เจริญภาวนาเพื่อฝึกจิต



จุดมุ่งหมายของการเจริญภาวนามีใช่เพื่ออะไร

เพื่อฝึกจิตของเราเอง...ฝึกจิตให้สงบ...

มีให้วิ่งไปวิ่งมา ให้ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว



แล้วก็ให้อ่อนโยนเหมาะที่จะใช้ทำงาน

เหมือนกับเราฝึกสัตว์ป่า นั่นแหละ

สัตว์ในป่าที่เราได้มาใหม่ ๆ มันยังไม่เชื่อ

เช่นว่า ม้าป่ามันก็ไม่เชื่อ ช้างมันก็ไม่เชื่อ เราต้องฝึกให้มัน



หยุดดิ่งก่อน ให้มันฟังคำสั่งต่อไป ก็เอามาใช้ได้....

การฝึกจิตก็เช่นกัน ต้องทำให้จิตมันเชื่อ...จึงจะใช้ได้



๒๘ หลวงตาปัญญาคี



หายใจเข้าพุท หายใจออกโฮ

ก) ภาวนาแบบง่ายที่สุดเป็นประโยชน์มากที่สุดก็คือ “เจริญอานาปานสติ”

อานาปานสติทำง่าย ๆ  นั่งตัวตรงหรือนอนก็ได้ ถ้าเราลุกขึ้นไม่ได้ก็นอนทำ...

หายใจเข้าช้า ๆ หายใจออกช้า ๆ

หายใจเข้ากำหนดรู้ตามลมหายใจ หรือจะภาวนาว่า หายใจเข้า “พุท” หายใจออก “โฮ” ก็ได้ หรือไม่ใช่คำนั้น แต่กำหนดรู้ว่าเข้า รู้ตามลมเข้าไป เมื่อหายใจออกก็รู้ รู้ตามลมออกมา นั่งทำที่ไหนก็ได้ นั่งทำที่ชายหาดก็ได้...






แล้วจะรู้ที่ไหน ? ก็รู้ที่ใจนั่นเอง...





กระทบอารมณ์

เวลาเรากระทบอารมณ์อะไรที่มันจะเป็นความทุกข์นะโยม
พอรู้สึกว่อารมณ์มันไม่ค่อยดี  รีบหายใจแรง ๆ ...
พอหายใจแรงอารมณ์มันก็เปลี่ยน ความโกรธมันก็ลดลงไป
หายใจแรงแล้วอัดไว้ในปอด หายใจเข้าแล้วอัดไว้ 
อัดไว้นานหน่อยแล้วหายใจออกเสีย อัดเข้าไป...หายใจออก
อารมณ์นั้นหายไป ความเครียดหายไป มันตั้งตัวได้
คือมันตั้งตัวได้ตอนเอาลมหายใจอัดไว้เน่เอง
ถ้าเราทำไว้บ่อย ๆ จนกระทั่งว่าชิน
ทำบ่อย ๆ เวลาเจ็บหนักใกล้จะหมดลมหายใจ
เราจะได้กำหนดลมหายใจของเรา 
จะหลับตาตายอย่างสงบ ไม่กังวล ไม่ห่วงใย...




๓๒ หลวงตามัณญะวาทิต



ความดีต้องรีบทำ



การทำความดี...เราต้องรีบทำ ก่อนที่ร่างกายจะอ่อนเพลียไปไม่ไหว...
จะไปรักษาศีลแต่เราให้เขาห้ามไปรักษา อย่างนี้มันรักษาไม่ไหวแล้ว
เพราะว่ามันอ่อนเพลียเต็มที แล้วเวลาที่ใกล้จะตาย เขาจะบอกว่า
“อะระหัง...อะระหัง” ...ฮิ ! อะไรหัง ๆ กูฟังไม่รู้เรื่อง เพราะไม่เคยรู้จักว่า
“อะระหัง” คืออะไร ไม่รู้ว่า “พุทโธ” คืออะไร ก็ว่าส่งเดชไปเท่านั้นเอง
มันไม่ได้เรื่องหรอก  อย่างนี้เขาเรียกว่าเข้าศึกประชิดกำแพง
แล้วจึงฝึกทหาร แล้วจะไปรบกับใครได้ เรื่องอย่างนี้มันต้องเตรียมไว้ก่อน
ต้องรักษาศีลไว้ก่อน ต้องเจริญภาวนาไว้ก่อน หมั่นฟังธรรม
หมั่นประพฤติดีประพฤติชอบ เข้าหาพระศาสนา...





๓๔ หลวงตาปัญญาดี



บาป บุญ เกาะในใจ



สมเด็จพระพุทธเจ้าบอกว่า

ในพระไตรปิฎกกล่าวไว้ เมื่อพระพุทธเจ้า...
ทรงเห็นชาวเมืองพากันอาบน้ำคงคาเพื่อล้างบาป
...บาปบุญนั้นไม่ได้อยู่ที่ผิวกาย

ไม่เหมือนกับฝุ่นซีโคลน ที่มาจับอยู่ตามผิวหนัง
บาปบุญเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นในใจ เป็นเรื่องของจิตแท้ ๆ



เราจะมาล้างเพียงร่างกายนั้นล้างไม่ได้
ถ้าจะล้างสิ่งที่เปื้อนบาปคือความชั่วในใจ
เราก็ต้องล้างด้วยการประพฤติสิ่งที่ตรงกันข้ามกับสิ่งที่เกิดบาป
คือทำดีนั่นเอง ต้องล้างด้วยศีล ต้องล้างด้วยสมาธิ
ต้องล้างด้วยปัญญา ไม่ใช่ล้างด้วยน้ำ



ดังที่ท่านกระทำกันอยู่ดังนี้...





ปฐมัตถ์บุญบาป



ที่เป็นบุญเป็นบาปขึ้นในใจของเรา

หรือว่าเป็นกุศล เป็นอกุศลขึ้นในใจของเรานั้น



ก็เพราะสิ่งภายนอกเข้ามาระทบ

แล้วก็ทำให้เกิดความคิดปฐมัตถ์ขึ้นมา

ความคิดปฐมัตถ์ที่เกิดขึ้นในใจของเรา ที่เราสวดมนต์ว่า

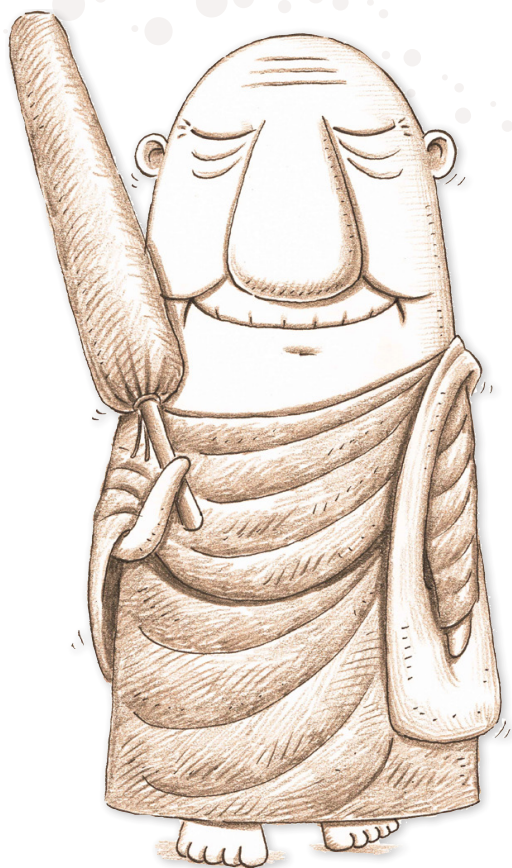
“สังฆารม อนิจจา สังฆารม อนัตตา”

ตัวสังฆารมนี้แหละเขาเรียกว่า การปฐมัตถ์ของจิต

เมื่อเกิดการปฐมัตถ์ขึ้น  ก็เป็นไปในรูปต่าง ๆ

เช่นปฐมัตถ์ให้เป็นกุศลก็ได้ ให้เป็นอกุศลก็ได้

สุดแล้วแต่อารมณ์และเรื่องที่มาระทบ...





ปรงแต่งในจิต



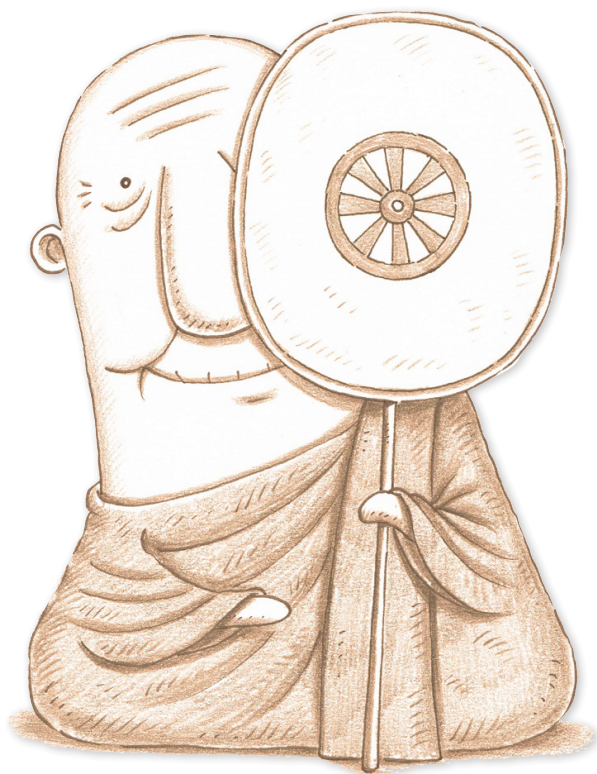
ผมคิดว่าเราได้เห็นอะไร แล้วสิ่งนั้นมันก่อให้เกิดการปรงแต่งขึ้นในใจ
ของเรา เช่นเกิดความโลภบ้าง เกิดความโกรธบ้าง
เกิดความหลงบ้าง เกิดความริษยาพยาบาทบ้าง
หรือว่าเกิดความศรัทธาเลื่อมใส

อยากจะทำบุญสุนทานต่าง ๆ อันนี้เรียกว่าเป็นเรื่องปรงแต่ง



มันเกิดขึ้นเพราะอารมณ์มากกระทบจิตใจของเรา
มันกระทบตรงไหน...ก็มากกระทบที่ประตุนั่นเอง
ประตูตา ประตูหู ประตูจมูก ประตูลิ้น ประตูกาย
แล้วมันก็ไปเกิดการปรงแต่งขึ้นที่จิตของเรา
ทำให้จิตของเราเปลี่ยนสภาพจากความสงบขึ้นมา
จากการไม่ดีไม่ชั่ว กลับกลายเป็นเรื่องดีเรื่องชั่วขึ้นมา
สุดแล้วแต่มันจะมากกระทบปรงแต่ง...ในจิตของเรา







เกิด ๆ ดับ ๆ



เมื่อเรื่องอันใดเกิดขึ้นแล้ว...ไม่ใช่มันจะอยู่ถาวรอย่างนั้นหาмиได้

เมื่อเกิดแล้วมันก็ดับไปสิ้นไป...ความดีเกิดขึ้นมันก็ดับไป

ความชั่วเกิดขึ้นมันก็ดับไป...พระพุทธศาสนาสอนให้เราเข้าใจว่า

อะไร ๆ ที่เกิดขึ้นนั้นมันเกิดขึ้นชั่วขณะเท่านั้น



เกิด...ดับ ๆ อยู่ตลอดเวลา เมื่อมีเชื้อ...สิ่งนั้นก็เกิดขึ้น

หมดเชื้อสิ่งนั้นก็แตกดับไป คล้าย ๆ กับไฟ

ไฟไม่ได้มีอยู่ตลอดเวลา แต่ว่ามันเกิดขึ้นเพราะการกระทบ

คือการกระทบของสิ่งที่ก่อให้เกิดไฟ มีเชื้อไปวาง

พอเกิดความร้อนก็ติดไฟขึ้นมา...จิตของเราก็เช่นกัน








โฟกิลีส



โฟกิลีสมันเกิดขึ้นในใจแล้วทำให้ร้อน เช่นความโลภเกิดขึ้นมันก็ร้อน
ความโกรธเกิดขึ้นมันก็ร้อน ความหลงเกิดขึ้นก็ร้อน แล้วก็ไม่ร้อนเปล่า
ทำให้มืดมัวไป ทำให้มองไม่เห็นอะไรชัดเจนแจ่มแจ้ง อันนี้มันเป็นไฟ
ที่ลุกขึ้นในใจของเรา ลุกขึ้นแล้วมันก็ดับไป แต่ว่าเรามักจะใส่เชื้อให้มัน
เชื้อที่เราเอามาใส่นั้น คือ การรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ไม่รู้เหตุผลของสิ่งนั้น ๆ
ว่าสิ่งนั้นมันเกิดขึ้นอย่างไร  มันตั้งอยู่ด้วยอะไร แล้วพิษสงของ
มันขนาดไหนเราไม่รู้ เมื่อไม่รู้เท่าทันมันก็เพิ่มเชื้อ การเพิ่มเชื้อไฟก็คือการ
คิดถึงสิ่งนั้นบ่อย ๆ เช่น เราคิดถึงสิ่งที่เราชอบใจก็เกิดไฟราคะ คิดถึงสิ่งที่
ไม่ชอบใจก็เกิดไฟโทสะ หรือว่าเกิดไฟโมหะขึ้นมาในใจของเรา
ลุกขึ้นแล้วก็ดับไป จะนานแค่ไหน...อยู่ที่ใจของเราเอง...





๔๔ หลวงตาปัญญาคี



สติกับปัญญา

เรื่องของกิเลสก็เหมือนกัน เราต้องรู้ว่ามันเกิดขึ้นมาทางใด

มาจากไหน  อะไรเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดขึ้น...

อันนี้ต้องใช้สองอย่าง เขาเรียก “สติ” กับ “ปัญญา”

ตัวสติกับปัญญานี้ใช้มาก เราจึงได้ยินพระท่านพูดบ่อย ๆ ว่า

ต้องใช้สติปัญญาเป็นตัวกันกระแสนะ

สติเป็นเครื่องกัน ปัญญาเป็นเครื่องกรองอีกทีหนึ่ง



สองอย่างมารวมมือรวมใจกัน แล้วเจ้ากิเลสมันหลุดเข้ามาไม่ได้

มันถูกสติกันไว้ ปัญญากรองไว้มันติดอยู่ตรงนั้น

มันไม่หลุดเข้าไปข้างใน ไม่ไปรบกวนจิตใจของเราได้...





พิจารณา



ธรรมะสองตัวนี้ต้องคอยใช้ไว้ ตัวสติใช้กันไว้ก่อนแล้วปัญญา

ก็มาพิจารณา มาพิจารณาว่าสิ่งนี้คืออะไร มีพิษสงอย่างไร



ให้ทุกข์ให้โทษอย่างไร เราเอามาแยกแยะพิจารณา
เอาทีละตัว พิจารณาทีละเรื่อง ไม่พิจารณาทีเดียวแล้วจบเรื่อง

ต้องคอยพิจารณาไป เรียกว่าค่อยรู้เท่า

รู้ทันมากขึ้น เข้าใจเรื่องปัญหาชีวิตมากขึ้น

เข้าใจเรื่องอะไรต่าง ๆ ชัดเจนแจ่มแจ้งมากขึ้น

เมื่อเราเข้าใจชัดในเรื่องเหล่านั้น มันก็หมดฤทธิ์ไปเอง

ไม่รบกวนเราให้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อนได้

เพราะเรารู้ว่าอะไรมันเป็นอะไร ถูกต้องมากยิ่งขึ้น






อันนี้เป็นเรื่องสำคัญ...ในการใช้สติและปัญญา





อายตนะ ๖

ทางเกิดของกิเลสมันก็มี  ทางหู ทางตา ทางจมูก
ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ที่เราเรียกกว่าอายตนะหกบ้าง
ทวารหกบ้าง อายตนะแปลว่า ที่ต่อ คืออายตนะภายในมัน
ไปต่อกับภายนอก ภายในก็มีตา หู จมูกลิ้น กาย ใจ 
ภายนอกก็คู่กับ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และธรรมารมณ์
รูปมาต่อกับตา เสียงมาต่อกับหู กลิ่นมาต่อกับจมูก
รสมาต่อกับลิ้น โผฏฐัพพะมาต่อกับกายประสาท
ธรรมารมณ์ก็เกิดที่ใจของเรา  มันต่อเนื่องกันอย่างนี้
เมื่อมาเชื่อมโยงเข้ากันแล้ว มันก็เกิดปฏิกิริยาขึ้นมาทันที...





สังเกต



ในชีวิตของเราในวันหนึ่ง ๆ นี้ เราเกิดความเพลิดเพลิน

เกิดความขัดแย้ง เกิดความหลง เกิดความริษยา

เกิดอะไรต่ออะไรมากมายก่ายกอง แล้วในขณะที่



สิ่งเหล่านั้นมันเกิดกระทบอยู่ในตัวของเรานั้น

เราสังเกตว่ามันร้อนหรือเย็น มันสุขหรือทุกข์

มันอุ่นว้ายหรือมันสงบ ถ้าพิจารณาแล้วก็จะเห็นว่ามันร้อน

มันร้อนทั้งนั้น...มันร้อนด้วยความอยาก...

มันร้อนด้วยความไม่อยาก



เป็นต้น....





๕๒ หลวงตาปัญญาดี





สภาพเดิม



ถ้าเรามีจิตไม่ถูกปรุงแต่งก็เรียกว่าเรามีจิตเป็น
พุทธะขึ้นมา เป็นผู้รู้ขึ้นมาทันที...
รู้อะไรถูกต้องขึ้นมา  แล้วก็เป็นตัวเอง
อย่างแท้จริง สภาพมันอยู่คงที่
หน้าตาดั้งเดิมของมันปรากฏอยู่อย่างนั้น
ไม่ถูกฉาบด้วยกิเลส เรียกว่าไม่ถูกปรุงแต่ง
สภาพจิตมันก็เป็นอย่างนี้ เป็นของมีอยู่แล้วไม่ใช่ไม่มี
พุทธะมีอยู่ในตัวท่านแล้ว พระพุทธเจ้ามีอยู่ใน
ตัวท่านแล้ว  แต่ท่านไม่รู้จัก
ไปเที่ยวค้นหาภายนอก ไปหาพระพุทธเจ้า
จากข้างนอก มันจะพบได้อย่างไร
พระพุทธเจ้าไม่ได้อยู่ข้างนอกตัวเรา พระพุทธเจ้า
ที่แท้ก็คือ จิตที่ไม่ถูกปรุงแต่งนั่นเอง...







พ้นจากกองทุกข์

ข้อปฏิบัติตั้งแต่ศีล สมาธิ ปัญญา ขึ้นไปโดยลำดับก็มีเป้าหมายสำคัญ
อยู่ที่ต้องการทำตนให้พ้นจากกองทุกข์นั่นเอง 🐱 เมื่อพ้นจากกองทุกข์แล้ว
จะเรียกว่าไม่มีความทุกข์ต่อไป เพราะ... พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า ในโลกนี้มี
ความทุกข์ ความทุกข์เท่านั้นเกิดขึ้น ความทุกข์เท่านั้นตั้งอยู่
ความทุกข์เท่านั้นดับไป นอกจากทุกข์หาอะไรไม่
แปลว่าเต็มไปด้วยความทุกข์ตลอดเวลา... 🐱





มองโลกตามจริง



พระพุทธเจ้ามองโลกอย่างไร มองตามสภาพที่มันเป็นอยู่จริง
ให้เข้าใจตามสภาพที่มันเป็นอยู่จริง ๆ ไม่ได้มองในแง่ดีและแง่ร้าย
คนเร้ามองในแง่ดีมากเกินไป ก็เห็นแต่แง่ดี อาจเกิด “ติด” ความดี
ยึดมั่นในความดีก็ได้ ถ้ามองในแง่ร้ายเกินไปก็จะไป “ติด”
อยู่ที่ความร้ายอีก  ทำให้ไม่เข้าใจเรื่องนั้นถูกต้อง
พระพุทธเจ้าท่านจึงสอนว่า...ให้มองในแง่จริง ๆ มองอะไรมองให้เห็น
ตามสภาพที่เป็นจริง คำศัพท์พิเศษคำนี้เรียกว่า “ยถาภูตญาณทัสสนะ”
แปลว่า เห็นทุกสิ่งทุกอย่างตามที่เป็นอยู่จริง ๆ
การมองให้ถึงความจริงนั้นแหละ เราจะพบกับความจริง
และจะทำให้เรารู้ความจริงในสิ่งนั้น 
ถูกต้อง และพ้นไปจากปัญหาในชีวิตประจำวัน...

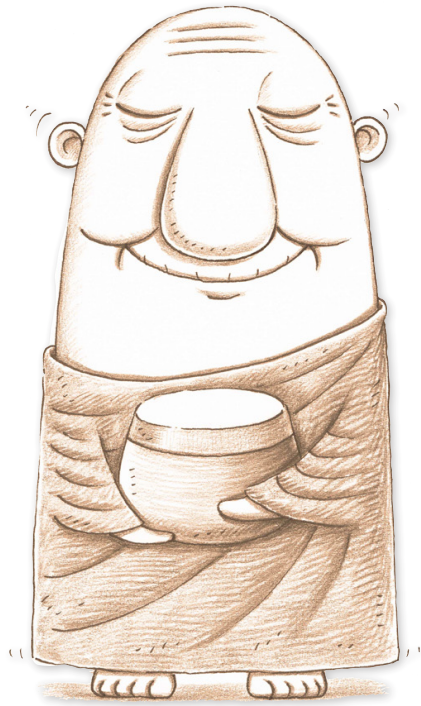


๕๘ หลวงตาปัญญาดี





อย่าเชื่อ

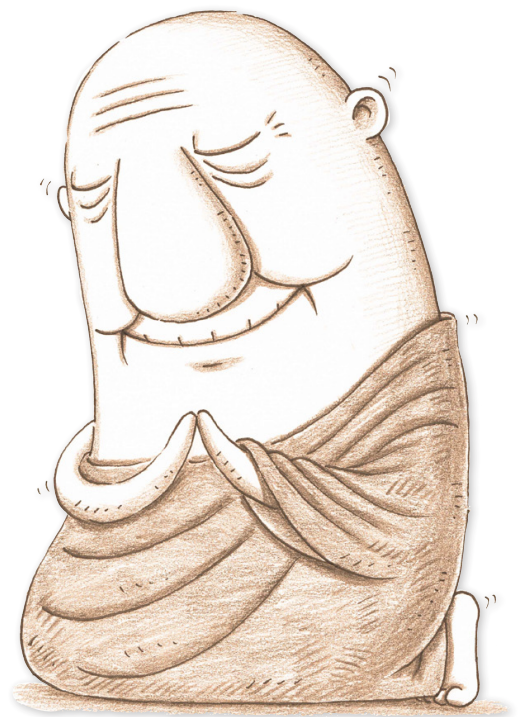
ในทางพระพุทธศาสนานั้น ไม่ต้องการให้ใครเชื่อง่าย ๆ
พระพุทธเจ้าไม่ต้องการให้พุทธบริษัท 
เป็นคนเชื่อง่ายเชื่อดายในเรื่องอะไรต่าง ๆ แต่ให้เป็นคนมีเหตุผล
เอาไปคิดเอาไปตรองให้ละเอียด กรองหลาย ๆ ชั้น
กรองจนกระทั่งเหลือแต่น้ำใส...เราก็จะได้พบของจริง
 แค่ฟังเขาพูดอะไรก็เชื่อ ใครพูดอะไรให้ฟังก็เชื่อ
ไม่ได้...พระพุทธเจ้าไม่ให้เชื่ออย่างนั้น...





อยู่ที่ตัวเรา

ปัญหาชีวิตทั้งหลายทั้งปวงนั้น เกิดจากตัวเรา ไม่ได้เกิดจากผู้อื่นสิ่งอื่น
แม้จะมีผู้อื่นเข้ามาเกี่ยวข้อง  แต่มันก็ตั้งต้นที่ตัวเรา
สำคัญอยู่ที่ตัวเรา ตัวการใหญ่มันอยู่ที่ตัวเราเอง
ที่นี่ คนเราไม่ค่อยจะคิดตามหลักการนี้ เพราะฉะนั้นเวลาที่มีความทุกข์
ความเดือดร้อนใจ แทนที่จะมองด้านในตัวเอง กลับไปมองสิ่งภายนอก
แล้วก็ไปพูดว่าดวงไม่ดีบ้าง ดาวนั้นมาชน ดาวนั้นมาแทรกดาวนี้บ้าง
เป็นไปตามเรื่องโหราศาสตร์ ไม่ใช่เรื่องพระพุทธศาสนา... 






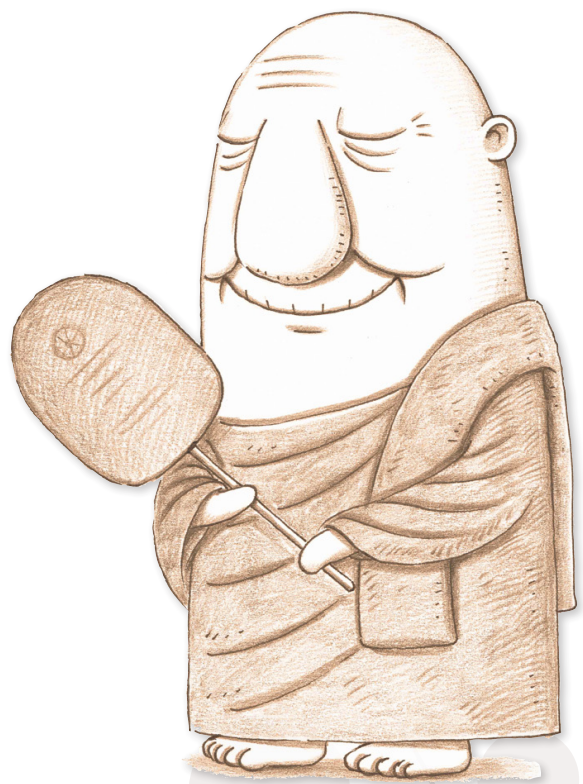
ร้อนนอกจากทุกข์



พระพุทธเจ้าสอนให้คิด ให้ตรองเพื่อจะารู้สาเหตุของเรื่องอะไรต่าง ๆ อันเป็นต้นความทุกข์ แล้วพระองค์ทรงสอนว่า “จงร้อนนอกจากทุกข์” อันนี้หมายความว่าอย่างไร หมายความว่า...



เรามันจมอยู่ในกองทุกข์ เป็นปุถุชน เป็นคนที่สติน้อย ปัญหาน้อย นี่ก็เรียกว่าจมอยู่ในกองทุกข์ตลอดเวลา เมื่อรู้ตัวว่าจมอยู่ในกองทุกข์ จะยอมจมอยู่ทำไม  เรานี้ก็ถูกความทุกข์มันดูดไว้จมลงไปเรื่อย ๆ นั้นมันเพราะเรื่องอะไร เพราะเราเข้าไปยึดถือในเรื่องนั้น... ยึดมั่นในเรื่องนั้น ยึดมั่นในเรื่องโลก...





อุปาทาน



ความทุกข์มันเกิดจาก “ความยึดติด”

ซึ่งในภาษาธรรมะเรียกว่า “อุปาทาน”



อุปาทานก็คือ

การเข้าไปยึดเข้าไปถือในสิ่งนั้นไว้...คนที่ติดใน “ตัว”

ทำอะไรก็เพื่อตัว ไม่ค่อยทำอะไรเพื่อทำลายตัว



หรือเพื่อถนอมความยึดมั่นถือมั่นในตัว ให้มันจางหายไป

ก็เลยติดอยู่ตลอดเวลา เหมือนเราติดอะไรมันก็เป็นทุกข์

เกิดความเดือดร้อนใจ มีปัญหาขึ้นในชีวิตด้วยประการต่าง ๆ



เราไม่เคยมองเห็นทุกข์ของสิ่งนั้น ไม่เคยเห็นโทษของสิ่งนั้น...






เปลี่ยนไปตามสภาพ



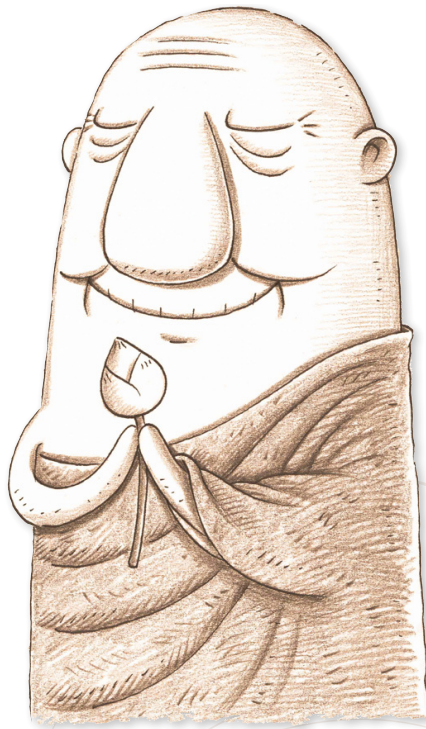
คนเรานี้ก็เหมือนกัน...ถ้าเขาพูดถึงเรื่องความดับทุกข์ บางคนไม่เข้าใจ เพราะไม่เคยคิดว่า ตัวมีทุกข์อย่างละเอียดอย่างลึกซึ้ง อยู่ในจิตใจ คิดแต่เรื่องยังสนุกอยู่ ยังเพลิดเพลินอยู่ ยังสบายใจอยู่กับสิ่งเหล่านั้น



เราได้ทรัพย์สมบัติอันใดมา เราก็ชื่นชมในสิ่งเหล่านั้น ยึดถืออยู่ในสิ่งเหล่านั้น ไม่มีความคิดอันใดแทรกขึ้นมาในใจว่า สิ่งทั้งหลายมันไม่เที่ยง  มีความเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา เมื่อมันเปลี่ยนแปลงขึ้นมา เราก็เสียใจ นั่งเป็นทุกข์ ตรมตรอมใจ

พอทุกข์มาก ๆ สภาพจิตก็เปลี่ยนแปลงไป 
เรียกว่าสุภาพจิตเสื่อม เมื่อสุภาพจิตเสื่อม
สุภาพกายก็พลอยเสื่อมไปด้วย...







ธรรมะเป็นเครื่องปลอบจิตใจ



ถ้าใจเราอยู่กับธรรมะ พออะไรเกิดขึ้น เราก็นึกในใจได้ว่า
“กว่าแล้วว่ามันจะเป็นอย่างนั้น กว่าแล้วว่ามันจะเป็นอย่างนี้”

เพราะเรารู้ว่าธรรมดามันเป็นอย่างนั้น แล้วใครในโลก

ที่จะหนีกฎธรรมชาติไปได้ หนีธรรมดาไปแล้ว

ไม่มีสักรายเดียว ย่อมเป็นไปตามเรื่องของมันทั้งนั้น

พระพุทธเจ้าท่านจึงสอนให้เรา “มนะสิการ”

หมายความว่า ให้คิดไว้บ่อย ๆ พิจารณาไว้บ่อย ๆ

ในเรื่องต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตของเรา

อย่าไปยินดีในสิ่งที่มีที่ได้ อย่าไปยินร้ายในสิ่งที่ไม่ได้

เวลาได้อะไรมา ก็อย่าไปดีอกดีใจลืงโลดว่า



เราได้ เพราะวันหนึ่งมันอาจไม่ได้

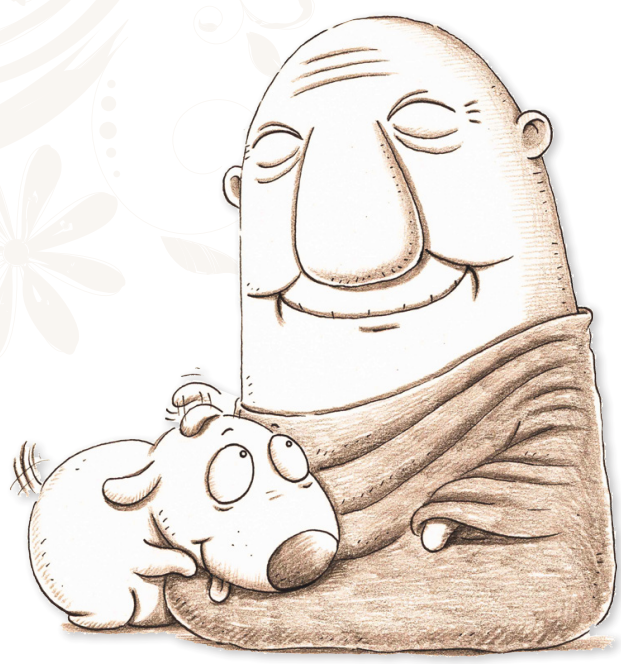
ถ้าเราดีใจเมื่อได้สักเท่าใด เวลาไม่ได้ก็เสียใจเท่านั้น...





อย่าคาดหวัง

สิ่งทั้งหลายในโลกนี้ อย่าไปหวังให้มันมากเกินไป
ลงทุนทำอะไร อย่าไปคิดว่าคราวนี้ต้องได้กำไรงาม
อย่าคิดอย่างนั้น 🙄 มันอาจจะไม่ได้อย่างที่คิด
เพราะเหตุการณ์ของโลก มันผันผวนเหลือเกิน
การเงินการทองก็เปลี่ยนแปลงทุกวัน เข้าอย่างหนึ่ง
สายอย่างหนึ่ง มันเปลี่ยนแปลง 🐦 ค่ำมันก็ไม่ฮีนยงคงที่
เราจะไปหวังอะไรจากสิ่งเหล่านั้นไม่ได้ อย่าไปหวังให้เป็นทุกข์เลย
นึกแต่เพียงว่าฉันมีหน้าที่ทำสิ่งนี้...เราบังคับไม่ได้ว่าให้ได้เท่านั้น
ให้ได้เท่านี้...มันไม่ได้ดังใจทั้งนั้น เพราะสิ่งทั้งหลายในโลกนี้
มันเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา...อย่าไปหวัง 🐼 ทำไปเถอะ
ทำตามหน้าที่ แต่ว่าทำให้ดีที่สุด ให้เรียบร้อยที่สุด...





เอาธรรมะนำไปข้างหน้า





คุณธรรมเป็นเรื่องสำคัญสำหรับชีวิต ที่เราต้องมีต้องใช้ในชีวิตประจำวัน
เราจะไปไหน จะเกี่ยวข้องกับใครก็ตามใจ เราต้องไปโดยธรรมะ
เอาธรรมะนำทางไปข้างหน้า เป็นดวงประทีปนำทางชีวิต
อย่าเอาความมืดนำทาง เพราะเดินมืด ๆ มันตกหลุมได้
สะดุดตอไม่ได้ เหยียบบุงได้ เสียหายได้ ถ้าเราเดินด้วยแสงสว่าง
พบใคร...เราปฏิบัติต่อคนนั้นโดยธรรม เราจะพูดอะไรกับใคร
เราก็พูดกับเขาโดยธรรมะ คือไม่เอาเปรียบใคร ไม่เห็นแก่ตัว
ไม่คิดเอาประโยชน์ฝ่ายเดียว คนเรามันต้องแบ่งกันกินแบ่งกันใช้
ใครมั่งมีแล้วกินคนเดียวมันก็เหมือนคนจน ทำไมจึงจน? ...เพราะไม่มีเพื่อน
ไม่มีมิตรสหาย ได้อะไรก็หันหน้าเข้ามุงมกลัวคนจะเห็น
แล้วก็นั่งกินอยู่คนเดียว กินคนเดียวมันอร่อยที่ไหน
กินหลายคนมันค่อยอร่อยหน่อย...

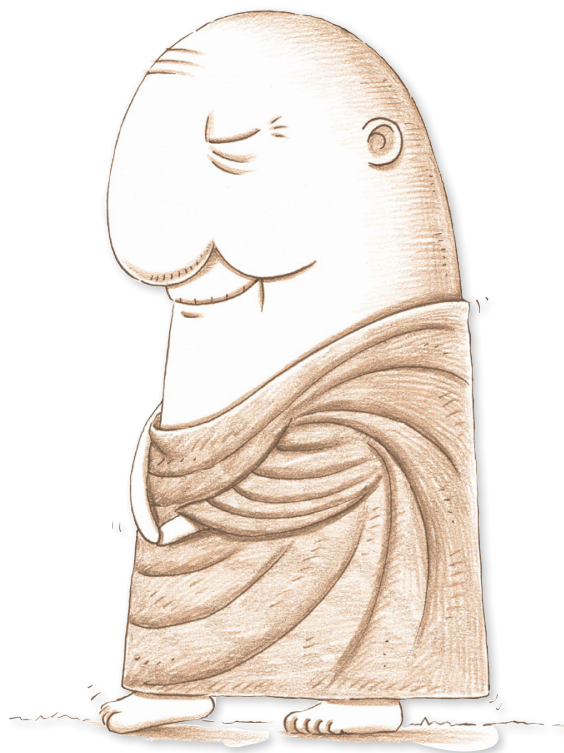






รู้จักแบ่งปัน

พระพุทธเจ้าตรัสว่า “เนกาสี ละภะเต สุขัง” กินคนเดียวไม่เป็นสุข
ร่ำรวยคนเดียวมันก็ไม่เป็นสุข ทำอะไรคนเดียวมันก็ไม่เป็นสุข
เราต้องแบ่งปันปันส่วนสิ่งที่เรามีเราได้ ให้แก่คนอื่นบ้างตามโอกาส
ตามความสามารถ เพื่อนมนุษย์ก็จะได้รับความสุขจากเรา
ได้รับความร่มเย็นจากเรา  ธรรมชาติแพร่กระจายไปยังบุคคลเหล่านั้น
เขาก็จะมีความสุข...คนเราถ้ามีความสุขแล้ว ก็ไม่คิดชั่ว
ไม่คิดที่จะก่อกรรมทำเข็ญกับใคร ๆ ไม่อยากจะทำเรื่องให้มันยุ่ง
เพราะเท่านี้ก็สบายอยู่แล้ว จะไปยุ่งทำไมอีก
บ้านนั้น ตำบลนั้น ก็อยู่กันด้วยความสุข 
เพราะมีธรรมชาติคุ้มครองรักษา...



๗๖ หลวงตามัณญะดี





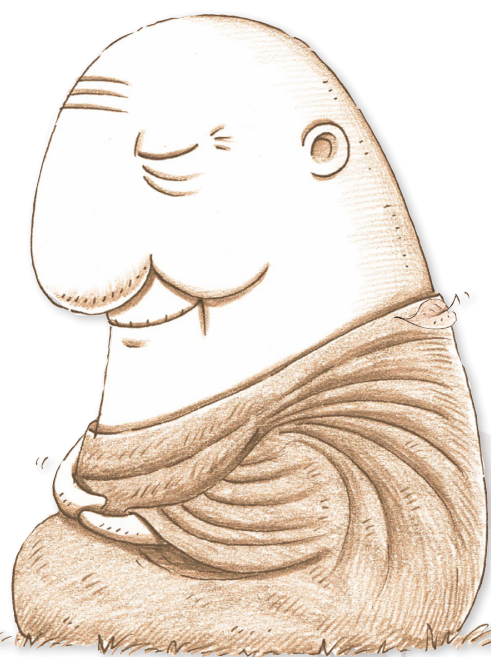
กายกับใจ



คนเรามีแต่ร่างกาย แล้วจะเป็นอยู่ได้เมื่อไร ?





เราต้องมีใจด้วย เราจึงพูดว่ากายกับใจ รูปกับนาม
รูปก็คือร่างกาย นามก็คือเรื่องใจ มันมี ๒ เรื่อง ๒ อย่าง
ถ้าสองอย่างนี้อยู่ด้วยกันอย่างถูกต้อง  ชีวิตก็ดีขึ้น
แต่ถ้าสองอย่างนี้อยู่ด้วยกันไม่ถูกต้อง ชีวิตก็ไม่ดีขึ้น
คือมีแต่ร่างกาย...แต่ไม่มีใจ ใจที่ไม่มีธรรมะก็เหมือนกับ
ไม่มีชีวิตชีวา เขาเรียกว่าเป็นซากศพเดินได้
แล้วไม่เดินเปล่านะ  เดินไปสร้างปัญหาในสังคม
ไปเที่ยวฉกชิงวิ่งราว ล้วงกระเป๋าไปตามเรื่องตามราว
มันสร้างปัญหา...





มิจฉาทิฏฐิ

ใจเป็นมิจฉาทิฏฐิ ไม่มีธรรมะเป็นหลักค้ำครองใจ
นี่อันตราย  เข้าไปตรงไหน ก็อันตรายแก่คนตรงนั้น
อยู่ที่ไหน ก็เป็นอันตรายแก่สังคมตรงนั้น
 คนอันตรายนี้มันขาดธรรมะ
ไม่มีธรรมะเป็นเครื่องค้ำครอง
จิตใจจึงได้เป็นเช่นนั้น...





พิจารณาตัวเอง



มองดูตัวเองให้ดีว่า มันขาดธรรมะไปบ้างไหม
มีการฉุนเฉียวบ้างไหม หงุดหงิดบ้างไหม
โกรธใครจนลืมตัว แล้วแสดงอะไร ๆ ออกในทางที่ไม่เหมาะสม
ไม่ควรบ้างไหม ถ้าเราแสดงอาการอย่างนั้นออกไป ก็แสดงว่า
ขณะนั้นธรรมะไม่มีอยู่ในใจของเรา เมื่อธรรมะไม่มีอยู่ในใจของเรา
อะไรกระทบมันก็เกิดระเบิดขึ้นมาทันที แสดงออกมาภายนอก
เช่น ทางกายพูด หน้าตา มือไม้ ทำท่าทางแปลก ๆ
แต่ถ้าเรามีธรรมะคุ้มครองอยู่เสมอ
อะไรมากระทบเราเข้า เราก็รับได้อย่างใจเย็น ใจสงบ
ค่อยพูดค่อยจา ไม่ต้องใช้อารมณ์ แต่ใช้เหตุผล...





ขันติ

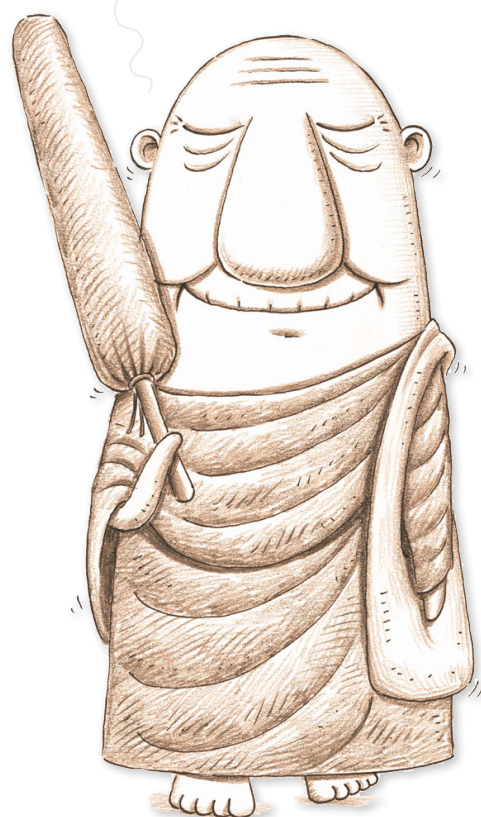


ความอดทนได้นี้ก็เป็นธรรมะตัวหนึ่งเรียกว่า ขันติ มีความอดทน
ใครจะทำอะไรแก่เราก็ทนได้ ไม่เป็นไรเรื่องมันก็ไม่ยุ่ง
แต่ถ้าเกิดทนไม่ได้ ก็เกิดการเบี่ยงป้างขึ้นมาทันที
สร้างปัญหา คือความทุกข์ความเดือดร้อน...



อมตวาจา





อมตวาจา

ฉลาดทำกับความนึกคิด

คนเรา...เวลามีความทุกข์
ถ้าคิดตรวใจดูให้ดีแล้ว
จะมองเห็น 'ความจริง'
จะจับได้ว่า....ที่ได้เป็นทุกข์นี้เพราะอะไร
ก็เพราะว่าเราคิดแต่เรื่องนั้นเรื่องเดียว
....เรื่องที่จะทุกข์เรื่องเดียว
เรื่องอื่นมี....แต่เราไม่คิด คิดอยู่แต่เรื่องนั้น
แล้วก็นั่งกลุ้มอกกลุ้มใจอยู่ตลอดเวลา
ทำไมจึงกลุ้ม?....
ก็กำลังไปคิดถึงแต่เรื่องที่ทำให้กลุ้มนั่นเอง
อะไร ๆ ที่เกิดขึ้นในใจของคนเรานั้นมันเกิดมาจาก
....ความคิดของเราเอง ไม่ได้เกิดมาจากอะไรอื่น

หลวงพ่อบุญญาณะ



อมตวาจา

ฉลาดใหม่หุຍสัมพัทธ์

ปัญหาอาจจะเกิดขึ้นว่า....

เราจะปฏิบัติธรรมอะไร ?

เราจึงจะอยู่ด้วยความสุข

ความสงบตามสมควรแก่ฐานะ

ธรรมะที่เราจะนำมาเป็นหลักปฏิบัตินั้นมีมาก

แต่ว่าในเบื้องต้น....

ที่เราควรจะใช้ก่อนอะไรทั้งหมดนี้ คือ

เราจะต้องอยู่กันด้วย...

ความ “เมตตาปรานี” ต่อกัน

อยู่กันด้วยความ “เห็นอกเห็นใจ” กัน

อันนี้เป็นคุณธรรมขั้นแรก....

ขั้นพื้นฐาน ที่มีให้เราทั้งหลายปฏิบัติ

หลวงพ่อบุญญาณะ



อมตวาจา

ศิลปะในการปฏิบัติตัว

พระพุทธองค์ท่านสอนว่า....

ได้เห็น ได้ยิน ได้สัมผัส ได้จับ

ได้ต้องสิ่งใด มีอะไรเกิดขึ้นในใจของเราเรื่องใด....

เราจะต้องคิดแยกแยะวิจัยออกไปว่า....

สิ่งนี้คืออะไร มาจากอะไร ให้คุณให้โทษอย่างไร

จะนำไปเกิดประโยชน์ทางธรรมชาติดังไร

มันให้ร้อน...หรือให้เย็น ที่ใจอย่างไร

สงบหรือวุ่นวาย เหล่านี้ต้องพิจารณา

ถ้าเราได้พิจารณาทุกครั้ง...ที่มีอะไรเกิดขึ้นแก่เรา

เราจะเป็นคนฉลาดขึ้น มีความรู้เรื่องชีวิตมากขึ้น

เมื่อมีความรู้ในเรื่องชีวิตมาก ๆ

อะไรมากระทบเราก็ตระหนักได้ ไม่หวั่นไหว

หลวงพ่อบุญญาณ์นะ



อมตวาจา

วิธีรับธรรมะตอนสูงอายุ

คนโบราณเขาจึงแบ่งไว้ว่า....ตอนเด็กเรียน
เมื่อจบแล้วก็ครองบ้านครองเรือน ทำหน้าที่
พอแก่ตัวลงค่อยๆ ออกป่า...

คนป็นนี้เป็นพวกสันยาสี หมายความว่า
ไปอยู่สงบ ๆ เข้าวัดเข้าวา ถือศีลกินเพล
ถือน้ำความสงบด้านจิตใจ
เหมือนญาติโยมที่หมั่นมาวัดมาฟังธรรม
ก็เรียกได้ว่า...มาหาความสงบ
มาทำจิตใจให้สบายไปในรูปธรรมะ
ศึกษาธรรม มองเห็นความจริงของสิ่งทั้งหลาย
....ตามสภาพที่เป็นจริง
โดยไม่ก่อปัญหา ไม่เป็นผู้มีปัญหาทางจิต

หลวงพ่อบัณฑิตนทะ

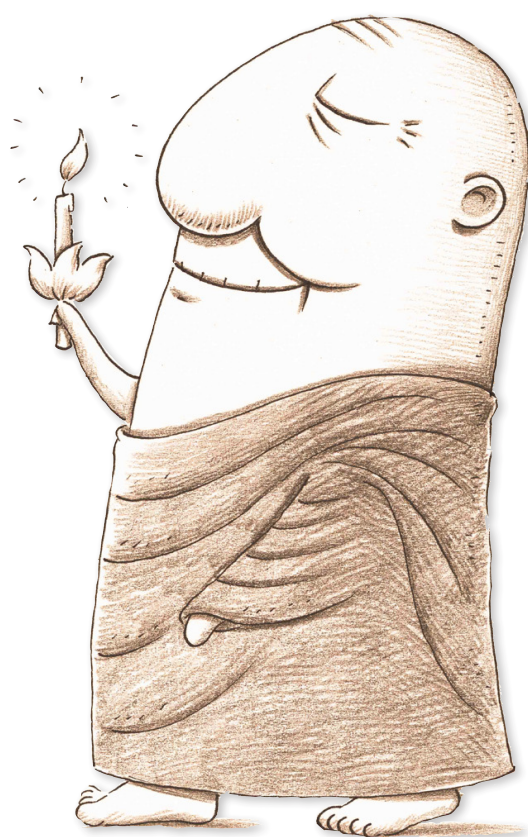


อมตวาจา

รู้หน้าที่บุตร

บุญคุณของพ่อแม่ท่าน
เปรียบด้วยของหนักของใหญ่ทั้งนั้น
เปรียบด้วยแผ่นดิน เปรียบด้วยอากาศ
เปรียบด้วยภูเขาพระสุเมรุซึ่งมันใหญ่เหลือเกิน
เป็นภูเขาหิมาลัยสูงสุด....สูงที่สุดในโลก
....ท่านเป็นบุคคลแรกซึ่งมีบุญคุณแก่เรา
เราจึงต้องควรจะได้นึกถึง
โดยเฉพาะส่วนที่เราควรจะตอบแทนอย่างไร
ถ้าดูตามหลักในทางธรรมะแล้วมีว่า....
ท่านเลี้ยงเรามา เราต้องเลี้ยงท่าน
ประพาศิตนให้สมควรที่จะได้รับมรดกของท่าน
เมื่อท่านเจ็บไข้ได้ป่วย ก็ต้องดูแลรักษา....

หลวงพ่อบุญญาณะ



อมตวาจา

ปฏิบัติถูกในภารธุระชาติ

อัน “คนที่รักชาติ” นี้....

ย่อมไม่มีความคิดที่จะทำอะไรในทางเห็นแก่ตัว

ไม่กอบโกยเอาประโยชน์ส่วนรวม....

มาเป็นประโยชน์ส่วนตัว

มีความพอใจในสิ่งที่ตนมีตนได้

สมมติว่า....

เราเป็นข้าราชการ เราทำงานตามหน้าที่

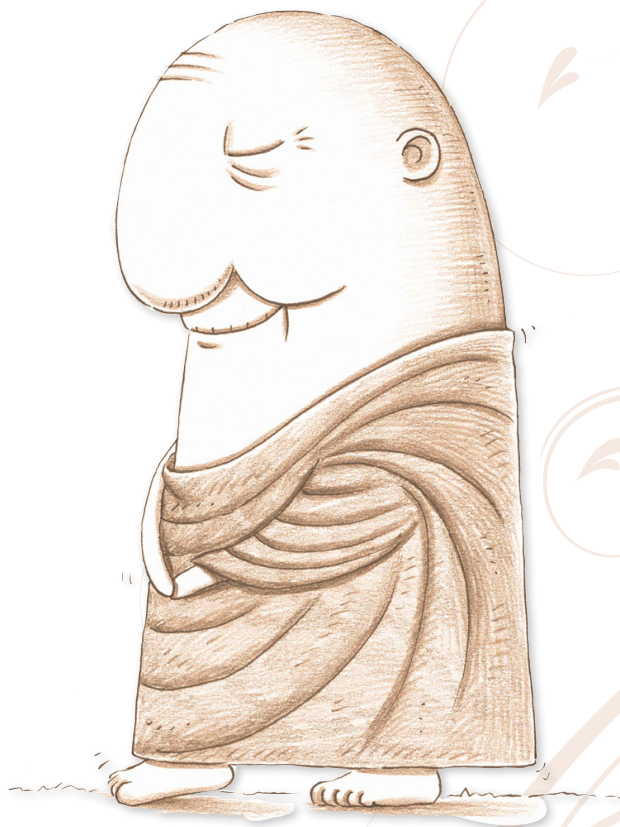
การทำงานตามหน้าที่นั้นก็เรียกว่ารักชาติแล้ว

เพราะความรักชาตินั้น

ต้อง.... “รักชาติกอบกรณีย์แน่วไว้” นั่นคือ....

“ทำงานในหน้าที่ให้สมบูรณ์ ให้เรียบร้อย”

หลวงพ่อบัณฑิตนฤ



อมตวาจา

เป็นครูที่ดี

ในชีวิตของแต่ละคนนี่...เราเป็นทั้งสองอย่าง

....เป็นครูในบางครั้ง เป็นศิษย์ในบางคราว

เพราะฉะนั้น....

เมื่อใดเราเป็นครูก็ต้องเป็นครูให้สมบูรณ์

ให้เรียบร้อย อย่างนี้แหละที่ว่า

ครูคือคนที่สอนหนังสือในโรงเรียนเท่านั้น...ไม่ใช่

ทุกคนเป็นครูในฐานะเป็นพ่อเป็นแม่

ผู้ที่เป็นผู้ใหญ่ เป็นพ่อเป็นแม่

เป็นครูสอนหนังสือ เป็นอะไรก็ตาม

ต้องมีเวลาสำหรับที่จะให้แก่ผู้น้อย ให้แก่ศิษย์

ให้แก่ลูก คือมีเวลาที่จะนั่งคุยกัน แนะนำพร่ำเตือน

ให้เขาได้เกิดความคิดนึกในทางที่ถูกที่ชอบ

หลวงพ่อบัณฑิตน่ะ



๑๐๐ ทลวงตาปัญญาดี

อมตวาจา

รู้ซึ่งคุณค่าของธรรมะ

ชีวิตของคนเรานั้น...มีปัญหายุ่งยากตลอดเวลา

เดี๋ยวเรื่องนั้น เดี่ยวเรื่องนี้

เกิดขึ้นในจิตใจของเราบ่อย ๆ

ถ้าเราไม่มีเครื่องมือสำหรับไว้แก้ไขก็ลำบาก

เหมือนขับรถไปไหนไม่มีเครื่องมือติดไปด้วย

....เกิดขัดข้องอะไรขึ้นมา ก็เดือดร้อนกันใหญ่

ในชีวิตของเราแต่ละคนนี้ก็เหมือนกัน

ถ้าเราไม่มีเครื่องอุ่นใจคือ “ธรรมะ”

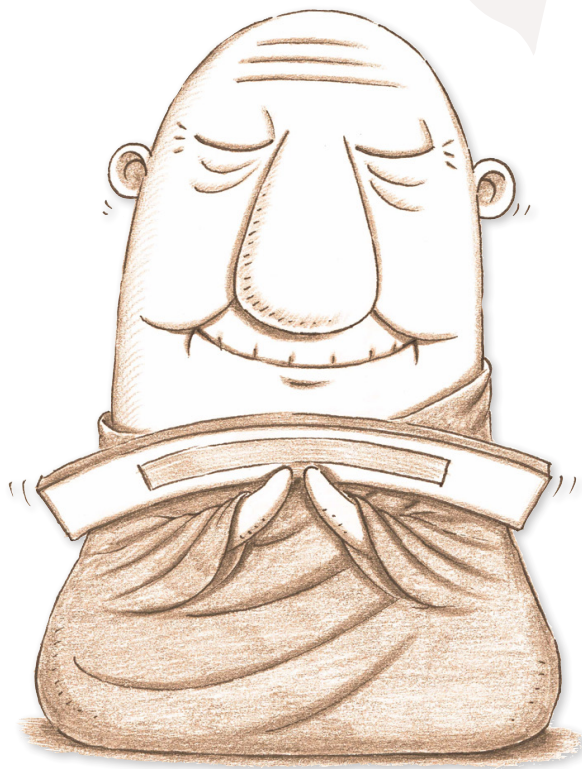
ไว้สำหรับแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น

เราก็หนักใจไปตลอดทาง

ถึงคราวทุกข์....ทุกข์มาก มีความเดือดร้อนมาก

ดังที่ท่านทั้งหลายเคยประสบมาแล้วทั้งนั้น

หลวงพ่อบัณฑิตแนะ

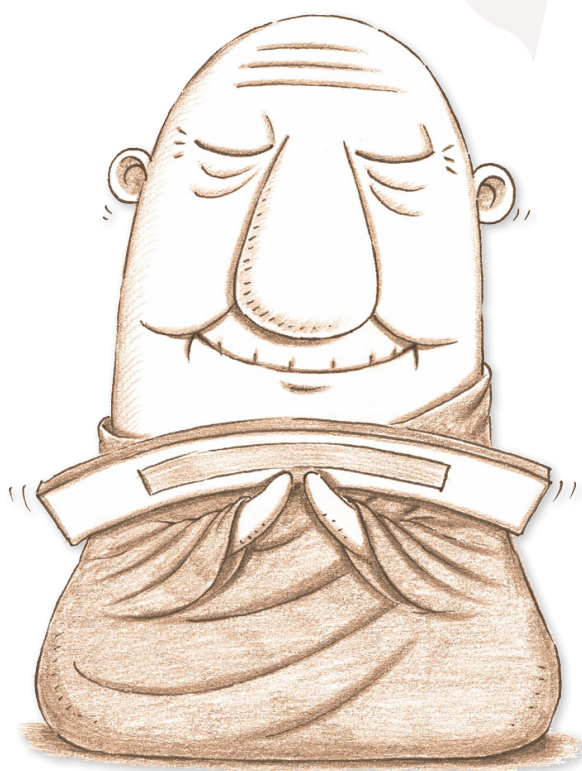


อมตวาจา

ตระหนักรู้การพักพอจิตใจ

ความเจริญของพระศาสนาที่แท้จริงนั้น
ก็คือ... ‘ความเจริญแห่งจิตใจคน’ นั่นเอง
และจิตใจคนที่จะเจริญนั้น
ก็ต้องอาศัยธรรมในทางพระศาสนา
เป็นเครื่องหล่อเลี้ยง...ไม่มีทางอื่น
ถ้าเราเอาศีลธรรมทางศาสนามาหล่อเลี้ยงจิตใจ
จิตใจของเราก็จะเจริญอยู่ด้วยความสะอาด
เจริญอยู่ด้วยความสว่าง เจริญอยู่ด้วยความสงบ
แต่ถ้าเราไม่ใช้ศีลธรรมในทางศาสนา
เป็นเครื่องช่วย...จิตใจเราก็ไม่เจริญ
คือมันตกไปตามอำนาจของความโลภ...
ความโกรธ ความหลง...วุ่นวายตลอดเวลา

หลวงพ่อบัณฑิตนันทะ



๑๐๒ หลวงตามัณเฑาะฏี

อมตวาจา

พระหนัการพักพอจิตใจ

ความเจริญของพระศาสนาที่แท้จริงนั้น
ก็คือ... ‘ความเจริญแห่งจิตใจคน’ นั่นเอง
และจิตใจคนที่จะเจริญนั้น
ก็ต้องอาศัยธรรมในทางพระศาสนา
เป็นเครื่องหล่อเลี้ยง...ไม่มีทางอื่น
ถ้าเราเอาศีลธรรมทางศาสนามาหล่อเลี้ยงจิตใจ
จิตใจของเราก็จะเจริญอยู่ด้วยความสะอาด
เจริญอยู่ด้วยความสว่าง เจริญอยู่ด้วยความสงบ
แต่ถ้าเราไม่ใช้ศีลธรรมในทางศาสนา
เป็นเครื่องช่วย...จิตใจเราก็ไม่เจริญ
คือมันตกไปตามอำนาจของความโลภ...
ความโกรธ ความหลง...วุ่นวายตลอดเวลา

หลวงพ่อบัณฑิตน่ะ

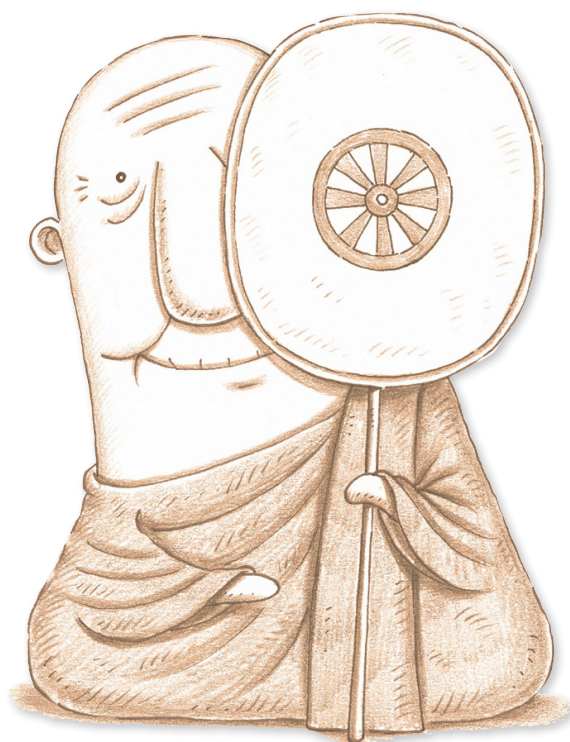


อมตวาจา

ไฟเจริญรอยอรุณ

สิ่งทั้งหลายมันเกิดเพราะเราไม่ระวัง
ถ้าเราระวังแล้ว...มันไม่เกิด เช่น เราเดิน
...ถ้าเราเดินระวังมันก็ไม่หกล้ม ไม่เหยียบแก้ว
ไม่ถลางตกร่อง ไม่เกิดความเสียหาย
แต่ถ้าเดินพรวดพรวดขาดสติขาดสัมปชัญญะ
ย่อมเกิดเรื่องบ่อย ลื่นบ้าง ล้มบ้าง
เตะนั้น ชนนี้ วุ่นวายไปหมด....
นั่นเป็นเพราะขาดความระวัง
ใจนี้ถ้าไม่ระวังแล้วมักรักเรื่อย...เกลียดเรื่อย
ตลอดทาง แล้วก็สะสมขึ้นมาเรื่องทั้งดีทั้งเสีย
ดี...มักจะน้อย แต่มักจะเสียมากกว่า
ฉะนั้น....ต้องระวังไว้ให้ดี มาฝึกตามรอยนี้กันเถิด

หลวงพ่อบัณฑิตน่ะ



อมตวาจา

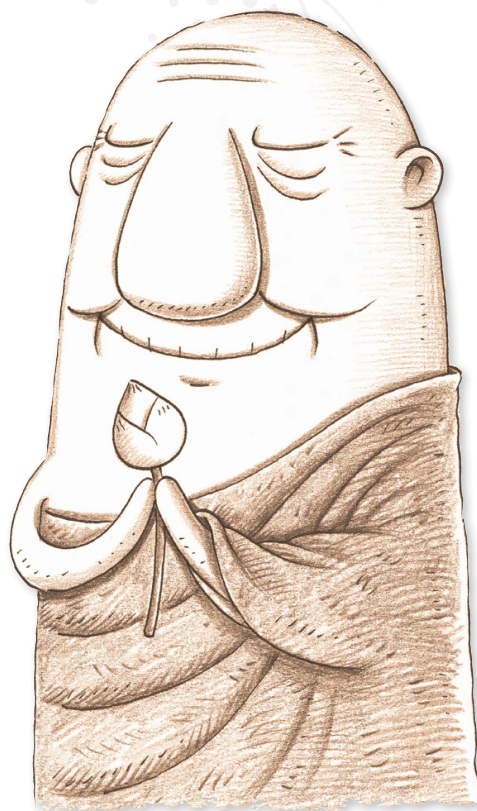
วิธีนึกผิดทำให้ไม่เป็นทุกข์

ที่เรายังกลุ้มอยู่...เพราะเรามองไม่เห็น
ไม่เห็นว่ามันไม่เที่ยงจริง มันเป็นทุกข์จริง
มันเป็นอนัตตาจริง...ยังมองไม่เห็น
เมื่อมองไม่เห็นก็อย่างนั้นแหละ....
ยังไม่ปลง ปลงไม่ได้เพราะยังไม่เห็น
....มันต้องเห็นด้วยปัญญา

เมื่อเห็นด้วยปัญญา เราก็ปลงได้วางได้
....ชีวิตก็ดีขึ้น

เราอยู่ในโลก ต้องต่อสู้กับปัญหาร้อยแปด
เราก็ต้องใช้ปัญญามาปลอมโยนจิตใจ
นำเอามาพิจารณาในเรื่องนั้น ๆ ตามเรื่องตามราว
เราก็จะพ้นจาก “ความทุกข์” ในชีวิตประจำวัน

หลวงพ่อบุญญานันทะ



อมตวาจา

เจริญวัย เจริญธรรม

คนที่ทำงานทำการก็เหมือนกัน....

ถ้ารู้สึกตัวว่าแก่...ชี้หลังชี้ลิ้มควรผ่อนเลิกได้แล้ว

พักผ่อนสบาย ๆ....

หาความสุขทางใจตอนท้ายของชีวิต

พักผ่อนเสียบ้าง....แล้วหัดคนอื่นให้ทำงานแทนเรา

ในขณะที่เรายังมีชีวิตอยู่....

ทำเพียงเป็นที่ปรึกษา ควบคุมดูแลเขา

มีอะไรบกพร่องจะได้สอนได้เตือนเขา

ถ้าเราทำเสียจนกระทั่งหมดลมหายใจ

ลูกเราก็ทำงานไม่เป็น ที่นี้มันก็ยุ่งอีก

เราต้องฝึกสอนเขาไว้ทำงาน

ลูกก็ทำงานเป็นทุกคน อย่างนี้เรียกว่าฉลาด

หลวงพ่อบัณฑิตแนะ



